



5月の献立



R6年度

新町かぜいろ
こども園

献立名			未満児 10時おやつ	3時おやつ	材料名	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	食塩 (g)	
						上段・・・以上児/下段・・・未満児			
1	水	ごはん 炒り鶏 さつま芋サラダ オレンジ	お茶 小魚	牛乳 アメリカンドック	米・鶏肉・生姜・牛蒡・人参・しめじ・蓮根・ グリーンピース/チーズ・さつま芋・きゅうり・ コーン	611 524	22 22.3	2.4 2.5	
2	木	ごはん カジキのねぎ味噌焼き きんぴら お吸い物 いちご	お茶 チーズ	牛乳 ツナサンド	米/カジキ・長葱・生姜/大豆・牛蒡・人参・ 蓮根・白滝・ピーマン/白菜・わかめ・えの き・三つ葉	530 472	22.6 21.8	2.4 2.2	
3	金	ごはん 生姜焼き 小松菜の胡麻和え バナナ	お茶 クラッカー	牛乳 今川焼	米/豚肉・玉葱・人参・しめじ・キャベツ/に ら・生姜/油揚げ・小松菜・人参・きゅうり	557 497	20.8 17.5	0.8 0.7	
4	土	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 おせんべい	牛乳 いちごクレープ				
5	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 バナナチップ	りんごジュース キャラメルコーン				
6	月	ごはん カレーのつけ焼き もやしのナムル 中華スープ オレンジ	お茶 小魚	牛乳 バームクーヘン	米/カレー/もやし・小松菜・人参/豆腐・大 根・筍・長葱	464 425	19.7 22.4	1.6 1.9	
7	火	パスタ ミートスパゲティ ツナじゃが ブロッコリーのソテー バナナ	お茶 クラッカー	牛乳 栗おにぎり	パスタ・豚肉・大豆・玉葱・人参/ツナ・じゃ が芋・玉葱/ブロッコリー・にんにく	619 529	21.9 17.8	2.5 1.9	
8	水	ごはん 麻婆豆腐丼 春雨サラダ オレンジ	お茶 おせんべい	牛乳 マドレーヌ	米・豚肉・豆腐・生姜・にんにく・筍・椎茸・ 長葱・ニラ/春雨・もやし・コーン・きゅうり	555 479	17.5 14.8	1.1 1	
9	木	ごはん ポークビーンズ 鉄骨サラダ グレープフルーツ	お茶 バナナチップ	牛乳 きな粉トースト	米/豚肉・大豆・玉葱・人参/ひじき・チー ズ・きゅうり・小松菜・コーン	533 438	19.8 16.1	1.2 0.9	
10	金	ごはん 鮭の青のり焼き ピビンバ風サラダ 味噌汁 いちご	お茶 チーズ	牛乳 スイートポテト	米/鮭/豚肉・大豆・ほうれん草・人参・も やし/大根・しめじ・浅葱・玉葱	496 444	20.8 20.6	1.9 1.8	
11	土	ごはん 八宝菜 お浸し マカロニスープ バナナ	お茶 クラッカー	牛乳 リンゴタルト	米/豚肉・なると・玉葱・人参・白菜・筍・き くらげ/油揚げ・人参・小松菜・もやし/マカ ロニ・南瓜・コーン	511 460	17 14.5	2.2 1.9	
12	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 おせんべい	ジョア ハーベスト・味しらべ				
13	月	ごはん 鯖のおろしソースがけ ほうれん草のおかか和え 味噌汁 ゼリー	牛乳 バナナチップ	豆乳・星たべよ ぶりんアラモード	米/鯖・大根・生姜/竹輪・ほうれん草・人 参/油揚げ・大根・キャベツ	610 573	25.3 25.4	2.6 2.2	
14	火	ピラフ 鶏肉のコーンフレーク焼き じゃこサラダ コーンポタージュ いちご	お茶 小魚	牛乳 ショートケーキ	米・ウインナー・玉葱・人参・ピーマン/鶏 肉/しらす・小松菜・もやし・キャベツ/コー ン	599 505	28 27	2.4 2.5	
15	水	ごはん 厚揚げのオイスター煮 コールスローサラダ グレープフルーツ	お茶 クラッカー	ココア牛乳 ポテト春巻き	米/豚肉・厚揚げ・玉葱・椎茸・筍・長葱・ 人参/キャベツ・きゅうり・人参・コーン	484 430	17.9 15.1	1.9 1.6	
16	木	ごはん 鱈の西京焼き ひじきの五目煮 けんちん汁 ゼリー	お茶 おせんべい	牛乳 抹茶スコーン	米/鱈/さつま揚げ・ひじき・人参・蓮根・グ リンピース/豆腐・油揚げ・里芋・大根・人 参・牛蒡・浅葱	515 457	20.9 20.4	1.7 1.7	
17	金	ごはん 焼肉 切干大根のごま酢和え バナナ	お茶 チーズ	牛乳 クリームサンド	米/豚肉・にんにく・生姜・玉葱・人参・しめ じ・キャベツ・ピーマン/切干大根・人参・水 菜	549 482	21.4 17.9	1.4 1.2	
18	土	炊込み ごはん すき焼き風煮 バンバンジーサラダ オレンジ	お茶 バナナチップ	牛乳 クッキー・ばかうけ	米・油揚げ・人参・しめじ・エリンギ/豚肉・ 豆腐・人参・長葱・白菜・椎茸/鶏肉・きゅう り・人参・もやし	655 535	22.6 18.4	2.1 1.6	
19	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 クラッカー	牛乳 さやえんどう				
20	月	ふりかけ ごはん 鱈のコーン焼き ブロッコリーサラダ 中華スープ ヨーグルト	お茶 小魚	牛乳 フライドポテト	米・ふりかけ/鱈・コーン/ブロッコリー・人 参・きゅうり/豆腐・青梗菜・人参・椎茸	540 460	23 23.9	2.9 2.9	
21	火	ごはん 大豆カレー ツナサラダ グレープフルーツ	牛乳 おせんべい	豆乳 五平餅	米・大豆・豚肉・人参・じゃが芋・玉葱・トマ ト/ツナ・キャベツ・小松菜・きゅうり・人参	684 649	21.6 21.5	2.6 2.2	
22	水	ごはん 鶏肉のミラノ風 五目切干大根煮 味噌汁 メロン	お茶 チーズ	牛乳 シュガートースト	米/鶏肉・トマト・玉葱/切干大根・油揚げ・ 蓮根・椎茸・いんげん/さつま芋・人参・玉 葱	530 461	23.2 20.8	2.1 1.9	
23	木	ごはん 鯖の味噌煮 ピーマン炒め かき玉汁 ゼリー	お茶 バナナチップ	牛乳 コーン蒸しパン	米/鯖・生姜/ピーマン・人参・ピーマン/鶏 卵・玉葱・ほうれん草・椎茸・えのき	581 496	23.5 20.8	2.4 2	
24	金	ごはん タコライス 塩ナムル オレンジ	お茶 クラッカー	牛乳 たぬきむすび	米・豚肉・鶏肉・高野豆腐・トマト・レタス/ もやし・人参・小松菜・わかめ	616 535	22.9 19.1	2.9 2.4	
25	土	ごはん カレーのパン粉焼き 磯香和え 味噌汁 バナナ	お茶 おせんべい	牛乳 ベジたべる	米/カレー/なると・わかめ・きゅうり・もや し・キャベツ/人参・南瓜・しめじ	522 489	19.7 18.4	2 1.8	
26	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 バナナチップ	まめびよ クリームパン				
27	月	菜飯 肉じゃが ほうれん草の白和え グレープフルーツ	お茶 小魚	牛乳 ボンデケーキ	米・大根葉/豚肉・人参・玉葱・白滝・いん げん/豆腐・ほうれん草・しめじ・人参	527 452	22.8 22.9	2 2.2	
28	火	ごはん アジフライ わかめサラダ 味噌汁 ゼリー	お茶 チーズ	牛乳 オレンジケーキ	米/鱈/なると・わかめ・きゅうり・小松菜/ 豆腐・玉葱・人参・椎茸	548 486	23 22.3	1.8 1.7	
29	水	ごはん 松風焼き 蓮根サラダ お吸い物 オレンジ	お茶 クラッカー	牛乳 ピザトースト	米/鶏肉・玉葱/竹輪・蓮根・きゅうり・小松 菜/白菜・人参・三つ葉・しめじ	535 472	21.9 18.4	2.5 2.1	
30	木	うどん 五目うどん ジャーマンポテト バナナ	お茶 おせんべい	牛乳 チーズおにぎり	うどん・豚肉・人参・大根・しめじ・長葱/ ベーコン・じゃが芋・玉葱・ブロッコリー	526 464	19.9 16.7	2.6 2.2	
31	金	ごはん 親子丼 マカロニサラダ メロン	お茶 バナナチップ	牛乳 じゃがバター	米・鶏肉・鶏卵・高野豆腐・人参・しめじ・ 三つ葉/マカロニ・キャベツ・きゅうり・コー ン	514 420	19 15.4	1.9 1.5	
						平均	554 486	21.5 19.7	2.1 1.9

* 献立内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください *

